

**РАЗВИВАЯ РУКИ, ПОВЫШАЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ
И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ**

*Сороко Э.Л., Сороко С.Л., Валуй А.А., Руммо В.Е., Воскобойникова С.П.,
Тур А.В., Минин А.С.*

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Нам представляется что, развивая моторику рук посредством специальных упражнений, можно существенно повысить возможности формирования специальных компетенций у студентов медицинских вузов, а также повысить их интеллектуальный потенциал.

Развивая руки, развиваем интеллект

В истории развития человечества роль руки подчеркивается особо. Так, еще в 496 г. до н.э. греческий философ Анаксагор утверждал, что человек является мыслящим существом, потому что имеет две руки. Только у человека из всех живых существ есть руки, разум и речь. Изображение рук - один из самых древнейших и самых распространенных мотивов наскальной живописи, обнаруживаемой в разных точках Земли. Отношение к рукам у человечества всегда было особым, даже отчасти мистическим. Руками добывали огонь и пищу, защищали и строили жилище, объясняли, измеряли, изготавливали все необходимое для жизни, лечили, учили и учились и т.д. По рукам судили о здоровье, о положении человека в обществе, силе, энергичности, занятиях, профессии, о характере, темпераменте. Не случайно в языке так много выражений связанных с руками, так называемых афоризмов: мастер на все руки, золотые руки, умные руки, руки не оттуда растут, работать, не покладая рук и т.д. Наши далекие предки вольно или невольно заботились о развитии рук своих детей. Натуральное хозяйство требовало труда всех членов рода, семьи, включая и детей. Бабушки и мамы заговаривали детские руки от всяческих напастей, пальчики перебирали и произносили «магические» слова: они и до нас дошли, только уже как считалки, как «пальцевые игры» типа «Сороки - белобоки», а не как заговоры. В народе белоручек не одобряли, детей стремились научить всем посильным умениям и замечали, что чем больше умеет ребенок, тем он смысленней становится. И в наши дни одним из показателей и условий хорошего физического и нервно-психического развития ребенка является развитие его руки, кисти, ручных умений, как принято называть, мелкой пальцевой моторики. По умелости детской руки специалисты на основе данных самых современных исследований сделают вывод об особенностях развития центральной нервной системы и ее «святая святых» - мозга. И если когда-то подобные выводы были скорее эмпирическими, основывались на большом опыте наблюдений, то для современных нейрофизиологов, физиологов, психологов взаимосвязь мозга и руки – аксиома. Головной мозг связан через центральную нервную систему с мышцами. От мышц импульсы идут в мозг. Двигательная (мышечная) активность ребенка является фактором, способствующим функционированию психики и интеллекта.

Как известно, первой «пищей» для нашего ума является информация, поставляемая сенсорными каналами - рецепторами. Эти каналы разделяются следующим образом: зрительные, слуховые, обонятельные, осязательные, вкусовые, а также кинестетические.

«Движения образуют то единство моторного, сенсорного и эмоционального, из которого возникает психика», — читаем в трудах А. Валлон.

В XX в. доказано, что сенсомоторное (двигательное и сенсорное) развитие составляет фундамент умственного развития. Это показали такие исследователи, как Л. С. Выготский, А. Р. Лурия, А. Валлон, Ж. Пиаже, Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина, А. М. Фонарев, М. М. Кольцова, Н. М. Аксарина, Н. М. Щелованов и многие другие. Еще в

середине XIX в. физиологи показали экспериментально связь органов чувств и органов движения. Возможность познания окружающих предметов у детей в большой степени связана с действием руки, как и развитие восприятия пространства. И. М. Сеченов доказывал, что движения руки ребенка наследственно не предопределены, а возникают в результате воспитания и обучения как результат ассоциативных связей между зрительными, осязательными и мышечными изменениями в процессе активного взаимодействия с окружающей средой. По данным последних исследований физиолога Н. М. Мураенко, для закрепления точного двигательного навыка руки ребенку в возрасте от 2,5 до 3 лет необходимо от 33 до 68 повторений. Какие же этапы проходит развитие мышления? От действия руки к мышлению — сначала конкретному, а затем абстрактному — так можно охарактеризовать этот процесс.

Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга, писал в одном из частных писем И. П. Павлов [4]. [1]

Цель работы. Определить и обосновать виды упражнений сложной координации, развивающие моторику рук, согласованность зрительного и мышечного анализаторов и координацию движений, которые можно рекомендовать студентам медицинских вузов для управляемой самостоятельной работы (УСР).

Материал и методы. В нашем исследовании применялись следующие методы:

- Изучение специальной литературы по теме исследования.
- Просмотр видео материалов мастер классов по теме исследования.
- Проведение опроса студентов (определялись их пожелания и предпочтения по подбору материала).
- Проводилось апробация и коррекция отобранного материала (и преподавателями и студентами).

Таким образом, был отобран материал для использования в нашей работе.

Требования, предъявляемые к отбираемому материалу:

- безопасен;
- мобилен;
- недорогой;
- содержит координационную сложность;
- вызывает положительные эмоции.

Результаты и обсуждение. Нами были апробированы следующие развивающие моторику рук материалы.

Жонглирование теннисными мячами с подбором подводящих и подготовительных упражнений. Практики китайской школы «Чой» раздел базовые движения для развития рук. Фланкировка палкой, пальцевые упражнения без предметов, упражнения с предметами: ручкой или карандашом, с кольцом, с игральными картами, упражнения из фехтовальных практик, упражнения со шнурком, с монетой и др.

В результате проведенного исследования мы получили следующее:

- 20% студентов участвовавших в исследовании смогли выполнить задания с оценкой хорошо и отлично.
- 60% с оценкой удовлетворительно,
- 20% с оценкой неудовлетворительно.

Таким образом, по результатам исследования, мы делаем вывод о необходимости проведения работы направленной на развитие и совершенствование моторики рук у студентов медицинских вузов.

Нами были проведены беседы о разнообразных применяемых практиках направленных на развитие ручной моторики.

Применяемые практики для развития моторики рук.

Совершенно необходимо проявлять заботу и уделять постоянное внимание может быть главному своему профессиональному инструменту - рукам. Для того чтобы этот «инструмент» был всегда самого хорошего качества необходимо думать не только о том, чтобы его не повредить, эта задача, безусловно, важная, но и о том, как улучшить его качества, каким образом его развивать. Для этого нужно использовать всю накопившуюся, в отношении развития необходимых качеств рук информацию, как специфическую используемую в данной профессии, так и подходящие средства и методики из разнообразных практик имеющих отношение к области развития моторики рук в различных видах деятельности человека. Необходимо использовать: массаж, самомассаж, суставную гимнастику, упражнения с партнёром, с предметами – например с теннисными мячами, гимнастическими палками, и др. Методы развития рук боксёров фехтовальщиков художников, музыкантов и др. Подвижные и спортивные игры, специальные развивающие руки тренажёры. Жонглирование разнообразными предметами (использовать, например, способы развития рук не только цирковых жонглёров и фокусников, но и барменов) и др.

Выводы.

Использованные нами практики развивают моторику рук, координацию двигательных действий, согласованность зрительного и двигательного анализаторов, быстроту реакции и могут быть рекомендованы для управляемой самостоятельной работы (УСР). Чем большим количеством разнообразных ручных умений и навыков овладел человек, тем легче ему освоить новые ручные умения и навыки. Хорошо развитые «ловкие» руки, стимулируют интеллектуальную деятельность, а интеллект, в свою очередь влияет на развитие рук. Это обстоятельство необходимо использовать в очень важном деле формирования специальных профессиональных компетенций студентов медицинских вузов, в которых необходимы умелые и ловкие руки.

Таким образом, профессионально ориентированная физическая подготовка в медицинском вузе является составляющей профессиональной подготовки будущих врачей.

Литература:

1. Любина, Г.А. Рука развивает мозг : пособие для педагогов дошк. учреждений / Г.А. Любина. – Минск : НМЦ. – 2002. – 112 с.
2. Физическая культура : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.] ; под ред. Е.С.Григоровича, В.А. Переверзева. – 4- изд.,испр. – Минск : Выш. шк., 2014. – 350 с.
3. Физическая культура и здоровье: подвижные и спортивные игры: пособие для учителей учреждений общ. сред. образования / А.Г. Фурманов [и др.] ; под общ. ред. М.Е. Кобринского, А.Г. Фурманова. – Минск : Аверсэв, 2016. – 476 с.

УДК 616.831-005-003.9-053.9

ЭРГОТЕРАПИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА ДЛЯ РАЗРАБОТКИ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ПОСЛЕ ОНМК

***Стахнёв К.И., Валуй А.А., Маличенко А.А., Сазоник В.В., Потоцкий П.С., Белей В.В.,
Волчок К.Д., Валуй В.В.***

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Эрготерапия — это область медицины, целью которой является оказание помощи человеку в повседневной жизни, развитие, восстановление и поддержание навыков, необходимых при выполнении действий, важных и значимых для здоровья и благополучия данного индивидуума.